

Jak dbać o siebie perfekcyjnie BR

Ściąganie książek pdf



Małgorzata Rozenek

Jak dbać o siebie perfekcyjnie BR Małgorzata Rozenek pobierz PDF Perfekcjnie zmień swoje życie! Zatoszczyłaś się o dom, ogród, rodzinę, ale gdzie w tym wszystkim czas i przestrzeń dla siebie? Zaczynij myśleć o sobie. To nie luksus, lecz sposób na relaks. W ten sposób uszczęśliwisz nie tylko siebie, ale i twoich bliskich. Odkryj styl ubierania podkreślający twoją kobiecość. Znajdź czas na ruch dodający energii. Rozpieszczaj się rytuałami pielęgnacyjnymi. Stosuj zdrową dietę zgodną z potrzebami twojego organizmu. Ćwicz umysł i zadbaj o równowagę między pracą a życiem prywatnym. Małgorzata Rozenek radzi, jak nie bać się zmian, zaufać sobie, a w natłoku codziennych zajęć znaleźć chwilę na rozwój i odpoczynek. Podpowiada, jak stać się pewną siebie, zadbana i atrakcyjną.

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.